ふれあい

発行／西区井口明神学区社会福祉協議会

題字／森井　一幸　広大名誉教授

町別世帯数

草津新町二丁目	845
井口明神一丁目	556
〃　二丁目	311
〃　三丁目	402

（平成31年１月末日現在）

とんど

一月十三日（日）、井口明神二丁目の公園で毎年恒例のとんどが行われました。

男性は竹でやぐらを組み、正月飾りや子ども達の書き初めを並べます。

女性は大人気の大鍋で作る具沢山の豚汁作りと子どもに人気のわたがし作り。オタフクソース様　寄贈の本格甘酒やお神酒、お餅もふるまわれました。定刻の十一時三十分に子ども達が点火。ものすごい勢いで空に向かう火と竹のパンパンという爆ぜる音に無病息災を願いました。

今年は晴天にも恵まれ、沢山の人達に来ていただきました。地域の皆様と共に、無事にとんどを終える事ができました。

とんどバザーのお礼

いつも提供品のご協力ありがとうございます。お陰様で、今年もたくさんの品物が集まりました。提供してくださった物を無駄にしない為、バザーで残った物はリサイクルショップに持って行き、合計で二万八二五五円の収益を得ることができました。本当にありがとうございました。今後の社協活動に使わせていただきます。また、来年もよろしくお願いいたします。

成人式でボランティア

一月十四日、サンプラザで行われた「成人の日」の式典で、井口中学校の一、二年生約五十名が記念品受付のボランティアをしました。

前日の午後から、記念品の袋づめにも参加して準備万端。明るく元気に「おめでとうございます」と声を掛けながら記念品を渡す姿は微笑ましく、晴れ姿の新成人も懐かしく中学時代を思い出されたのではないでしょうか。

認知症サポーター養成講座

11月7日（水）井口明神中央集会所

講師　広島市認知症介護アドバイザー　岸田　幹広 氏

私たちが住むまち井口明神学区も高齢化が進む中、身近な人が認知症になった時に、地域はどうすればよいのか、自分に何ができるのかを学びました。認知症を理解した応援者である〝認知症サポーター〟がたくさんいると、認知症の方は暮らし慣れた地域で安心して暮らすことができます。特別な事はしなくてもいいのです。基本的な接し方を実践する事が大切です。

●対応の心得 三つの「ない」

①驚かせない
②急がせない
③自尊心を傷つけない

●具体的な接し方七つのポイント

①まずは見守る
②余裕をもって対応する
③声をかける時は一人で
④後ろから声をかけない
⑤相手に目線を合わせてやさしい口調で
⑥おだやかに、はっきりした話し方で
⑦相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

認知症の方に限らず人と接する時に実践したいと思いました。そして、日頃から気軽に声をかけ合える地域である事が大切だと感じました。

ふれあいの窓

献血のお知らせ

四月十七日（水）
井口明神一丁目第四公園
九時三十分～十一時三十分
十二時三十分～十六時

多数の皆様のご協力をお待ちしています。

○いつも子どもたちへの、声かけ、見守りありがとうございます。

こんにちはネット

井口明神学区では、高齢者を見守る「**こんにちはネット**」を行っています。

詳しいことは地域包括支援センターまで。

☎ **082-501-6681**

又はお近くの民生委員へ。

児童館まつり

十二月八日（土）一時から児童館まつりを行いました。風の強い小雪がちらつく寒い日でしたが、校長先生・教頭先生・社会福祉協議会会長・育成会会長を来賓にお迎えし、たくさんの小学生・幼児連れの親子・放課後児童クラブの保護者・ボランティアの方など総勢一三六名の参加で賑やかなまつりとなりました。二部構成で行い、一部は『アルビレオ』さんによる音楽コンサートでした。ギターとオカリナの素敵な音色に合わせてみんなで歌ったり、またクリスマスソングでは子どもたちも楽器演奏に参加したり楽しいひとときを過ごしました。

二部は工作とチャレンジコーナーを時間の許す限り楽しみました。工作は、フェルトで作るサンタツリーで白いヒゲがたっぷりのサンタクロースとキラキラ輝く飾りがついたツリーがリバーシブルになっている作品を作りました。チャレンジコーナーは遊戯室で四つのゲーム（おまめのひっこし・はずんでビンゴ・ねらおう！ ぞろめ・ごちそうぱっくん）工作室で魚釣りのあわせて五つのゲームに挑戦！ 何度も繰り返し挑戦する子どもたちも多く、景品をゲットできたときは満面の笑みで喜びを表現していました。あっという間に時間が過ぎ、最後の表彰式では、各チャレンジコーナーのトップ成績者が、名前を呼ばれると前に出て賞品を手にしてとても嬉しそうでした。帰りに全員がくじを引きお土産をもらって終了。笑顔あふれる、活気に満ちた児童館まつりでした。

当日、お手伝いして頂いたたくさんの方々や、協賛して頂いた社会福祉協議会・放課後児童クラブ保護者会に感謝申し上げます。そして今後共よろしくお願い致します。

年明けには社協よりたくさんの色鉛筆を寄贈していただきました。毎日ぬりえを楽しんでいる子どもたちにとってよいお年玉になりました。大切に使わせていただきます。ありがとうございました。

第18回 ふれあい音楽会

井口中学校区の児童、生徒、地域住民の皆さんがふれあいを深めていく場として、毎年行われている音楽会です。

十二月二日（日）井口明神小学校で開催されました。井口中学校放送部の生徒が、司会をしてくれました。

井口中学校はまゆう学級のトーンチャイムと琴の演奏、井口小学校五年生の合唱、井口明神小学校ブラスアンサンブル、井口中学校吹奏楽部の演奏。日頃の練習の成果を発表しました。さらに、井口明神小学校有志の先生方による合奏もあり、盛り上がりました。

最後は全員でBELIEVEの歌と演奏で、体育館に爽やかなメロディーが響き渡り、客席からは盛大な拍手が送られました。

公衆衛生推進協議会
健康教室を開催
講師　荒木脳神経外科病院　谷先生

昨年十二月十二日（水）に荒木脳神経外科病院の谷先生をお招きして、『ご用心！ 冬場の脳梗塞』の演題で原因と予防についてお話を伺いました。

冬場に脳梗塞が起こりやすいのは汗もかかないし咽も渇かないので水分補給が不十分となり血液がドロドロになり詰まりやすい事と暖かい所から急に寒い所に出ると血管がギュと縮まり梗塞が起きやすくなるからだと教えてもらいました。だから対応としては咽が渇かなくても定期的に水分補給と寒い所へ行く時は暖かくして行けとの事でした。言われて見れば納得できる事なのですが、つい疎かにしがちなので注意が必要だと感じました。

又糖質過多による肥満と塩分の取り過ぎが高血圧に繋がるのでご用心をと釘を刺されました。

質問の時間も取ってもらい時間をオーバーしての教室となり、三十一名もの参加を得て盛況で終わりました。

いきいきサロン
健康セミナー「骨のはなし」
草津新町二丁目

十一月二十一日、草津新町二丁目集会所で、森永乳業健康セミナーがありました。

骨の強さは食事プラス運動により、一ヶ月で変わる。（骨の強さは骨密度とは違うが指標にはなる）カルシウムが含まれる牛乳、ヨーグルト、大豆、小松菜などとビタミンDを含むキノコ、卵黄などと一緒に食べ、十分程度の日光浴。散歩や指先を動かすといった簡単な運動をすると良い。

カルシウムが含まれるヨーグルトは腸内環境を整える働きもあります。健康生活のため腸内環境を整えましょう。乳酸菌は小腸で働き、便秘・下痢の防止。ビフィズス菌は大腸で働き、ワクチン効果を高めます。又、大腸内で乳酸と酢酸を作り、酢酸がウィルスをやっつけるのでインフルエンザやノロウイルスの感染を防ぐのだそうです。

フラワーアレンジメント
井口明神一丁目

今年も草津新町二丁目のお花屋さん「フルールドカリン」の岩井先生と三ッ井先生に、クリスマスにもお正月にも楽しめる素敵なアレンジメントを教えていただきました。丁寧に教えてくださったので、出来ばえも上々。色とりどりの鮮やかなお花に負けないくらい、華やかな笑顔がいっぱいの楽しい時間でした。

明神寄席　笑う門には福来たる
井口明神一丁目

二月二十日（水）に井口明神中央集会所で秋風亭てい朝さんにお越しいただいての落語会がありました。五十代から七十代の男女が沢山参加し、大変おもしろい話にみなさん聞き入っていました。てい朝さんも落語に力が入り笑いの場、笑いの時間が広がりとても素敵な会でした。

いきいきサロン2
井口公民館共催

ウィンタースクール　ネイチャーオブジェを作ろう！

小学生対象のウィンタースクールが十二月二十二日、中央集会所であり、岩本弘美先生と一緒に可愛いオブジェを作りました。

土台となるのは北海道の白樺。樹皮が白く趣があります。この木の台の上にロウソクの小屋を固定したら、さあ始めましょう。

ドライフラワー、どんぐり、小さな松ぼっくりで飾ります。皆んな黙黙と手を動かし、次々と作品が完成。

同じ材料を使っても出来上がりは各々違う、自分だけのネイチャーオブジェが誕生しました。

デコパージュを作ろう

二月二日、明神中央集会所にて、デコパージュ作りを楽しみました。

デコパージュとは、自分の好きな紙を切り取って、箱、ビン、小物など様々な素材に貼りつける技法のことを言います。

工作指導員は印南孝枝さん。

私たちは、先生に用意してもらった、白いペイントが施された素焼きの鉢二つに、デコパージュしていきました。

好きな紙を好きな様に切って貼っていきます。紙や構図を決めるのに迷って手間取りましたが、貼り始めると楽しく、あっという間に出来上がりました。鉢が十個あれば十個の個性、可愛いインテリア（デコパージュ）の出来上がりです。

小さい子どもさんも参加されましたが、上手に作品が出来上がりました。

デコパージュの材料は、紙、のり、トップコート、平筆などですが、すべて百円均一のお店でも、揃えることが、できるそうです。

子どもさんや年配の方も簡単にできます。お家でも作られたらいかがでしょうか。

ぜひ、おすすめします。

アルパークインフォメーション
毎週木曜日は
Mitsui Shopping Park Point
ポイントアップデー
POINT UP DAY
通常
三井ショッピングパークポイントカード　100円につき1ポイント
ポイントアップデー開催中
三井ショッピングパークポイントカード　100円につき　2ポイント
三井ショッピングパークカード（セゾン）クレジット払い　100円につき　3ポイント
※ポイント対象外店舗がございます。　※内容は予告なく変更・中止する場合がございます。
カード会員募集中！　●お問い合わせ：TEL082-501-1000 アルパークインフォメーション
&EARTH　三井不動産

アルパーク天満屋
TENMAYA
広島・アルパーク天満屋
広島市西区井口明神1-15-1
代表電話082-501-1111
www.tenmaya.co.jp